



## Regulamin biegu

### 1. Cel imprezy

- popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej,
- propagowanie zdrowego, wolnego od uzależnień trybu życia,
- upowszechnianie kultury fizycznej i sportu w środowisku wiejskim,
- walka z nadwagą wśród społeczeństwa,
- promocja Gminy Świerczów,

### 2. Organizator

Gmina Świerczów, Gminny Ośrodek Kultury w Świerczowie,

### 3. Termin i miejsce

Dąbrowa k. Namysłowa, **9 czerwca 2019 r.** - niedziela,  
Start: godz. **15.00, Dąbrowa**, ul. Parkowa (przed budynkiem szkoły),  
Meta: Dąbrowa, ul. Parkowa (przed budynkiem szkoły),  
Limit czasu ukończenia biegu wynosi 90 minut.

### 4. Trasa

10 km, nieatestowana, oznaczona co 1 km, przeprowadzona ulicami wsi Dąbrowa oraz okolicznymi drogami.

Nawierzchnia: asfalt (ponad 90%), szuter. Przewidziany jest punkt żywienia, zaopatrzony w wodę na wysokości ok. 5 km trasy biegu.

### 5. Uczestnictwo

Uczestnikiem zawodów może być osoba urodzona przed 9 czerwca 2001 r. (ukończone 18 lat w dniu biegu), która w biurze zawodów podpisze oświadczenie o starcie w biegu na dystansie 10 km na własną odpowiedzialność i stanie zdrowia, pozwalającym na podjęcie takiego wysiłku. Osoby urodzone później, jednak nie młodsze niż 16 lat (urodzone przed 9 czerwca 2003 r.) mogą brać udział w biegu, pod warunkiem posiadania pisemnej zgody rodzica lub prawnego opiekuna). Warunkiem wystartowania w biegu jest poddanie się weryfikacji. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie numerów startowych odbywać się będzie 9 czerwca 2019 r. w godz. 12:00 – 14:00 w Biurze Zawodów, zlokalizowanym w budynku Szkoły Podstawowej w Dąbrowie, przy ul. Parkowej.

### 6. Zgłoszenia

Zgłoszenia przyjmowane są do dnia 5 czerwca 2019 r. za pośrednictwem elektronicznego formularza udostępnionego na stronie <https://www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html>. Zgłoszenia wniesione w innej formie mogą zostać nieuwzględnione. Przewidziane jest przyjmowanie zgłoszeń w dniu biegu (patrz dalej).

Opłata startowa za udział w biegu wynosi:

- 30 zł pod warunkiem jej wpływu na rachunek bankowy Organizatora do dnia 15 maja 2019 r.,
- 40 zł pod warunkiem jej wpływu na rachunek bankowy Organizatora do dnia 7 czerwca 2019 r.,
- 50 zł wpłata w Biurze Zawodów, niezależnie od wcześniejszego zgłoszenia.

Opłata startowa może zostać wniesiona w formie:

- przelewu bankowego na rachunek Gminnego Ośrodka Kultury w Świerczowie, prowadzony przez Bank Spółdzielczy w Namysłowie, nr **02 8890 0001 0319 9039 2003 0001**, jako tytuł wpisując „opłata startowa 4 Bieg” oraz imię i nazwisko zawodnika

- wpłaty gotówkowej w Biurze Zawodów podczas weryfikacji.

W przypadku rezygnacji ze startu, wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi i zostanie przeznaczona na cele organizacyjne imprezy.

## 7. Klasyfikacje

- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn
- klasyfikacja w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:

- K-20 - roczniki 2001 (2003) - 1990

- K-30 - roczniki 1989 - 1980

- K-40 - roczniki 1979 - 1970

- K-50+ - roczniki 1969 i starsze

- M-20 - roczniki 2001 (2003) - 1990

- M-30 - roczniki 1989 - 1980

- M-40 - roczniki 1979 - 1970

- M-50 - roczniki 1969 - 1960

- M-60+ - roczniki 1959 i starsi

## 8. Nagrody

Osoby, które zajmą trzy pierwsze miejsca w kategoriach generalnych kobiet i mężczyzn otrzymają nagrody finansowe, odpowiednio 1-sze miejsca 300,00 zł, 2-gie miejsca 200,00 zł, 3-cie miejsca 100,00 zł. Osoby, które zajmą trzy pierwsze miejsca w kategoriach wiekowych otrzymają puchary i nagrody rzeczowe. Osoby nagrodzone w klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategorii wiekowej.

Każdy zawodnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie okolicznościowy medal. Dodatkowo przewidziana jest nagroda dla najlepszego zawodnika i zawodniczki Gminy Świerczów oraz dla najmłodszego i najstarszego uczestnika imprezy. Uroczysta dekoracja zwycięzców odbędzie się ok godz. 16.30 obok Świetlicy Wiejskiej w Dąbrowie. Godzina dekoracji może ulec zmianie w przypadku wcześniejszego ukończenia biegu przez wszystkich zawodników, o czym na bieżąco będzie informował spiker podczas zawodów.

## 9. Postanowienia końcowe

Bieg główny odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu. Punkt opieki medycznej będzie wyraźnie oznaczony. Organizator zapewnia szatnie – przebieralnie dla zawodników na Szkole Podstawowej w Dąbrowie, a także napoje chłodzące i ciepły posiłek na mecie biegu.

Pomiar czasu będzie realizowany elektronicznie, za pomocą chipów umieszczonych w numerze startowym lub mocowanych niezależnie we wskazany przez Organizatora sposób. Każdy uczestnik otrzyma numer startowy, który musi być przypięty z przodu na piersiach, w sposób wskazany przez organizatora, a także pakiet startowy, którego ostateczna zawartość znana będzie w dniu Biegu. Osoby wnoszące opłatę startową po 31 maja 2019 r. mogą nie otrzymać pełnego pakietu startowego. Organizator zastrzega sobie prawo wstrzymania zapisów elektronicznych po przekroczeniu liczby 150 zgłoszonych uczestników. Dalsze zapisy w dniu biegu będą wznowione w przypadku nie osiągnięcia limitu 150 zawodników na liście startowej do zakończenia weryfikacji, tj. godz. 14.00 w dniu 9 czerwca 2019 r.

## 10. Biegi dzieci

Przed biegiem głównym o godz. 13.30 odbędą się biegi dla dzieci, tj.:

godz. 13.30 – bieg dla przedszkolaków

godz. 13.45 – bieg uczniów klas I-III szkół podstawowych

- dystans ok. 300 m

godz. 14.00 – bieg dla uczniów klas IV-VI szkół podstawowych

- dystans 1 km

godz. 14.15 – bieg dla uczniów klas VII-VIII szkół podstawowych i uczniów szkół gimnazjalnych

- dystans 2 km

Zapisy do biegów dzieci w szkołach z terenu Gminy Świerczów lub w biurze zawodów od godz. 12.00.

Podczas zgłoszenia do biegów dzieci konieczna będzie pisemna zgoda rodzica (opiekuna prawnego) na udział dziecka w biegu.

Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.